

Roadrunner Newsletter
Sharings from Trusted Servants
and Al-Anon Members
Recovery and service stories
Announcements about events

Compartimientos de los Fieles Servidores y miembros
de Al-Anon
Historias de recuperación y servicio
Anuncios de eventos

July 2013

Volume 2, Issue 2

Inside this Issue – Dentro de este boletín

2 -5 – Spring Assembly -- Conflict
Workshop Report by Nancy H.
Asamblea de la Primavera –
Taller de Conflicto

5-6 —Area Delegate

6-7 – Area Chair

8- Al-Anon Picnic

9- A GR Sharing

Un RG Comparte

Editor's Note

10 – Mountains of Hope Convention Registration info – Full
form available at www.nmal-anon.org

Registro para la Convención de Montañas de Esperanza

**This is your newsletter please write and let the editor
know about your group or district. Upcoming events
for your Area service , or**

A personal sharing.

**Este es su boletín—favor de escribir y dejarle saber al
editor de su grupo o distrito**

Roadrunner Editor
c/o 377 Priestly Rd
Corrales, NM 87048
www.nmal-anon.org
E:dtfoya8@q.com
505-897-4022



Mountains of Hope Convention "Journey to Serenity" July 26-28, 2013

The Convention Committee has been working diligently
preparing for the 8th annual Area Convention to be
held at the MCM Elegante Hotel in Albuquerque.

Speakers

Friday - AA - Rose Ann F, NM

Saturday -Spanish Speaker Maria G., El Paso

Alateen Panel - New Mexico and El Paso

Saturday banquet - Cindy M., AZ

Sunday - John V., Albuquerque

Meetings, Panels, and Workshops

Forgiveness; Steps 1,2,3; Slogans; Fear and Anger;

Living Amends; Parents Panel; Couples Panel; God Box

Art Workshop; Meditation Workshop; Writing

Workshop; Concepts Workshop; and many more

Come join us for a weekend of fun and spiritual

renewal. Please mail your registration form by July

19th. Downloadable at www.nmal-anon.org

Stella S., Chair

NM/El Paso Conflict Resolution Assembly Report

Using the Traditions and Concepts for Conflict Resolution

Conflict Workshop—Two one hour workshops were
held. Assembly participants counted off and joined
several groups for the discussion. The following is a
summary of the discussions on the Traditions and
Concepts in discussing Conflict within and outside the
group. Questions used and the comments made follow:
Tradition One *"Our common welfare should come first;
personal progress for the greatest number depends
upon unity."* **What tools can I use to examine my
motives that contribute to the conflict? How is my
behavior contributing to unity? How do I react to
others whose opinions and ideas are different from my
own?** Realize I don't have the ability to force my
solutions. Is it my business or my responsibility? How
important is it? If I have to justify my opinion then I am
wrong. I am trying to control. Listen to your tone of
voice. Do I need to be right? Am I listening or trying to
force my solution? Am I bringing my anger, fear and

resentment into my personal opinion? Listen to everyone's opinion first. Presume good will. Look at *Service Manual* to find "What is the Principle?" Listening to others opinion even if different can lead to solutions, it becomes a team effort instead of an individual trying to control a situation. Use 'us' and 'we' to address issues. Avoid judgment and criticism. Have I said it more than once? Can I agree to disagree, move on, be silent and use a prayer break?

Tradition Two *"For our group purpose there is but one authority — a loving God as He may express Himself in our group conscience. Our leaders are but trusted servants—they do not govern".* **What tools of the program can I use while engaged in an emotionally charged conflict?** I can change my own attitude. Write it out, or use the slogans. Can I use acceptance for the sake of unity? Listening! Use the Serenity Prayer. If you feel that someone is 'wrong' it doesn't mean you are 'right'. Trust in a Higher Power. What does my HP want me to do in this situation? When a discussion is very emotional, ask for quiet or say a prayer and then continue to discuss topic. **How can good listening skills help yield new ideas or compromises?** We cannot be the Al-Anon police. Give Respect and dignity to the other person/people and allow them to express opinions. Do it for unity. Use the slogans, especially think, think, & think. Respond do not react. Good listening skills give us new options. **If the outcome of a group conscience is one that I do not agree with, how do I respond?** Every voice should be heard. The group can make a decision for a trial period and if it works continue and if not make a change. Learn to listen and listen to learn. Remember a Higher Power is in charge — and He doesn't rule with an iron fist. God knows what He is doing. My opinion counts but if I say it more than once, I am trying to convince you I am right. Everyone has the right to be heard.

Tradition Three *"The relatives of alcoholics, when gathered together for mutual aid, may call themselves an Al-Anon Family Group, provided that, as a group, they have no other affiliation. The only requirement for membership is that there be a problem of alcoholism in a relative or friend."* **How do we keep the focus on what we have in common, rather than our differences?** No cross talk. Take what you like and leave the rest. Keep the focus on ourselves. Realize we all come from a place of hurt from the disease. This is a program of the heart, teaching us to become genuine, and dropping the façade. **When engaged in conflict, do I act from a place of fear?** Yes, false evidence appearing real. Use the

question, How can we solve the problem? Fear immobilizes us, go into a trust mode. Think and reason things out with someone else. **How does my past experience with conflict influence how I deal with it today?** "The past is history, tomorrow a mystery, today is a gift". Remember not to be a doormat. Be a turtle, pull in. One doesn't have to be alone ever because of the fellowship, which helps to overcome fear of abandonment. Listen more, be more open to learning. **Tradition Four** *"Each group should be autonomous, except in matters affecting another group or Al-Anon or AA as a whole".* **How do we ensure harmony in our groups while encouraging divergent points of view?** Put the principle out there first. Use the knowledge based decision making (KBDM) format. Allow enough time for decisions to be made. What is my business and what is not? Step back if responsibility is too much or ask for help. Harmony: everyone has a voice, so learn to listen. **How can we discern when someone is expressing an opinion as opposed to trying to control the outcome?** Saying the same thing over and over doesn't mean it's the only answer. Use the three time rule. Watch for repetition and loud voices. **Have I really listened to the other point of view and considered the possibility that it may be as valid as my own?**

"Sometimes I want what I want prior to hearing what they want." Remember our own opinion is also valid & we have an obligation to speak up and give our opinion to make it safe for others. Recognize when I don't want to hear what someone else is saying. Prayer & Higher Power in all situations & interactions.

Tradition Eight *"Al-Anon Twelfth-Step work should remain forever nonprofessional, but our service centers may employ special workers".* **How does the way I communicate fuel conflict? Does my tone of voice play a part?** Use of sarcasm, tone of voice, or my expectations can fuel conflict. Don't give advice, offer suggestions IF asked. Choose words carefully. **How do expectations affect conflicts, in my experience?** My expectations lead me to force solutions. Expectations are resentments ready to grow. Inviting HP in helps me to be rid of my expectations. We interpret out of our woundedness. Use *Just For Today* card. **What role do I ask my Higher Power to play in the conflicts in my life?** Let Go and Let God or keeping God First in all things. Choose your words carefully. Pray for guidance and beware of my own ego.

Tradition Nine *"Our groups, as such, ought never be organized; but we may create service boards or committees directly responsible to those they serve."*

How could trying to “organize” Al-Anon cause conflict?

In organizations there is a hierarchy and a boss, that’s in conflict with our Traditions. We need to look to ourselves for solutions in Al-Anon. Look at the conflict, identify it and decide the best solution. “I don’t know, then Let it Go” or “When in doubt, don’t”. Sometimes things need to be discussed but without attachment to the outcome. **When in conflict, what can we do to remember that we share as equals in Al-Anon?** “We are equals” read our Tradition on Unity. Use the Service Manual. How can I keep an open mind? **In conflict, the loudest voice is often the only one heard. What can be done to help draw out the quieter voices?** Ask for participation. Ask each member for their opinion and suggestions. Remember to use Concept 5-*The rights of appeal and petition protect minorities and insure that they be heard.*

Tradition Twelve “Anonymity is the spiritual foundation of all our Traditions, ever reminding us to place principles above personalities”. **What does “presume goodwill” mean? How would my actions change if I were to presume everyone involved was trying to do their very best?** We are all human and make mistakes. We get up each day and do the best we can, so does everyone else. Hurt people hurt people, we aren’t recovered we are in recovery. God lives in all of us. **How do I detach from personalities and focus on principles?** Pray. Look at the issue, not the person. You have a problem and it’s not mine. We are all children of God. **Am I able to listen to others with an open mind; or am I discounting them because they are not in agreement with me?** Look for the gift they may be offering. Listen and Learn. The opposite of what I believe may also be true. Do what your heart says. We need to learn humility. Use the first three steps.

Concept Three - “The right of decision makes effective leadership possible.” **Do I ever ask someone to do a task and then try to direct the details of how it should be done? If so, how can I change this pattern?** Trust others to do what they are able. Rotation of service responsibilities helps. Identify with people sharing on their story and put principles above personalities. Communicate and then detach from the outcome. Read Bill W’s essay on Leadership. **Do we as a group, trust our trusted servants?** It is my responsibility to speak up if I’m uncomfortable, instead of expecting people to read minds. Offer praise for jobs well done. Give information, ask questions & then Let God address it. **Have I shared with my group the process I used as a trusted servant in making an informed decision?** Let Go

and Let God, speak up, and talk it over first, before decision is made.

Concept Five “The rights of appeal and petition protect minorities and insure that they be heard.”

Do I truly listen to those with whom I disagree?

Sometimes I do. Stop thinking that we read minds and listen to discussion. **How can I keep an open mind to different ideas?** Try to understand what they’re feeling. Take time to process discussion; ask for extra time if needed. Practice humility. **What are the benefits of encouraging minority reports and discussing issues even when the majority agrees? What disadvantages keep us from doing it?** Gives people permission to express a different opinion, when they might never have had that opportunity. It keeps the program and group and members safe. Past experiences may make people feel intimidated and not speak up until they know it is safe. Nancy H.

Informe de la Asamblea de NM/El Paso**Usando las Tradiciones y Conceptos para la resolución de conflictos**

Se realizaron dos talleres de una hora sobre el tema de resolución de conflicto. Participantes de la Asamblea contaron y se unió varios grupos de discusión. El siguiente es un resumen de los debates sobre Las Tradiciones y Los Conceptos en discutir conflictos dentro y fuera del grupo. Siguen los comentarios después de las preguntas:

Primera Tradición “Nuestro bienestar común deber tener la preferencia; el progreso individual del mayor numero depende de la unión.” ¿Cuales herramientas puedo usar para examinar mis motivos que contribuyen al conflicto? ¿Cómo está mi comportamiento contribuyendo a la unidad? ¿Cómo reacciono a otros cuyas opiniones e ideas son diferentes de las mías? Darse cuenta de que no tienen la capacidad de forzar mis soluciones. ¿Es mi negocio o mi responsabilidad? ¿Cuán importante es? Si tengo que justificar mi opinión estoy equivocado. Estoy tratando de control. Escuchar el tono de voz. ¿Necesito estar en lo seguro? ¿Estoy escuchando o tratando de forzar mi solución? ¿Estoy trayendo mi ira, el miedo y el resentimiento en mi opinión personal? Escuchar primero la opinión de todos. Presumir la buena voluntad. Ver el Manual de Servicio para encontrar “Cual es el principio?” Utilizar las guías de la reunión de conciencia de grupo. Escuchar a los demás, incluso si la opinión es diferente puede llevar soluciones, se convierte en un esfuerzo de equipo en lugar de una persona tratando de controlar una situación. Utilice 'nosotros' para afrontar los problemas. Evitar el juzgar y la crítica. ¿Lo he dicho más de una vez?

¿Puedo estar en acuerdo para estar en desacuerdo, caminar adelante, callar y utilizar un descanso de oración?

Segunda Tradición *Existe solo una autoridad fundamental para regir los propósitos del grupo: un Dios bondadoso que se manifiesta en la conciencia de cada grupo. Nuestros dirigentes son tan solo fieles servidores, y no gobiernan.*

¿Cuales herramientas del programa puedo usar mientras me enfrento en un conflicto cargado? Puedo cambiar mi actitud. Escribirlo o utilizar los lemas. ¿Puedo utilizar la aceptación por el bien de la unidad? Escuchar! Usar la Oración de la Serenidad. Si usted cree que alguien está 'incorrecto' no significa que yo tenga la 'razón'. Ten confianza en el Poder Superior. ¿Qué quiere mi PS que haga en esta situación? Cuando una discusión es muy emocional, pedir tranquilidad o decir una oración y luego continuar a discutir el tema. **¿Cómo pueden ayudar las buenas habilidades de escuchar nuevas ideas o compromisos?** No podemos ser la policía de Al-Anon. Dar respeto y dignidad a la otra persona/s y les permita expresar opiniones. Háganlo por unidad. Utilice los Lemas, sobre todo pensar, pensar & pensar. Responder no reaccionar. Buena capacidad de escuchar nos da nuevas opciones.

Si no estoy en acuerdo con el resultado de una conciencia de grupo, ¿cómo respondo? Todas las voces deben ser oídas. El grupo puede tomar una decisión para un período de prueba y continuar si funciona y si no hacer un cambio. Aprender a escuchar y escuchar para aprender. Recuerde que un Poder Superior se encarga – y él no gobierna con mano de hierro. Dios sabe lo que está haciendo. Mi opinión cuenta pero si lo digo más de una vez, estoy tratando de convencerlo de que estoy en lo cierto. Cada persona tiene derecho a ser escuchados.

Tercera Tradición *“Cuando los familiares de los alcohólicos se reúnen para prestarse mutua ayuda, pueden llamarse un Grupo de Familia Al-Anon, siempre que, como grupo, no tenga otra afiliación. El único requisito para ser miembro es tener un pariente o amigo con un problema de alcoholismo.”* **¿Cómo mantenemos el foco en lo que tenemos en común, en lugar de nuestras diferencias?** No diafonía. Quédense con lo que les agrada y desechar el resto. Mantener el enfoque en nosotros mismos. Realizar que todos venimos de un lugar de daño de la enfermedad. Se trata de un programa del corazón, nos enseña a ser genuina y soltando la fachada. **Cuando estoy en los conflictos, ¿actuó desde un lugar de miedo?** Sí, evidencia falsa apariencia real. Usa la pregunta, ¿cómo podemos

resolver el problema? Miedo nos inmoviliza, entrar en un modo de confianza. Pensar y razonar las cosas con otra persona. **¿Cómo influye mi experiencia pasada con conflicto ¿cómo trato con él hoy?** "El pasado es historia, mañana un misterio, hoy es un regalo". Recuerde que no debe ser una alfombrilla. Ser una tortuga, retira. Uno no tiene que estar solo nunca debido a la hermandad, que le ayuda a superar el miedo del abandono. Escuchar más, estar más abiertos a aprender.

Cuarta Tradición *“Cada grupo debiera ser autónomo, excepto en asuntos que afecten a otros grupos o a Al-Anon, o AA en su totalidad.”* **¿Cómo podemos garantizar armonía en nuestros grupos mientras estimulamos divergentes puntos de vista?** Poner el principio ahí primero. Uso de los conceptos de (KBDM) conocimiento basado en decisiones informadas. Permitir suficiente tiempo para tomar decisiones. ¿Cuál es mi negocio y cual no es? Retirarme si la responsabilidad es demasiado o pedir ayuda. Armonía: todos tienen voz, así que hay que aprender a escuchar. **¿Cómo podemos discernir cuando alguien esta expresando una opinión en lugar de tratando de controlar el resultado?** Diciendo la misma cosa una y otra no significa que sea la única respuesta. Utilice la regla de tres veces. Noten la repetición y voces fuertes. **¿He realmente escuchado al otro punto de vista y he considera la posibilidad de que pueda ser tan válida como la mía?** A veces yo quiero lo que quiero antes de escuchar lo que ellos quieren. Recuerde nuestra opinión también es válido y tenemos la obligación de hablar y dar nuestra opinión para que sea seguro para los demás. Debo reconocer cuando no quiero oír lo que otra persona está diciendo. Oración y el Poder Superior en todas las situaciones e interacciones.

Octava Tradición *“Las actividades prescritas por el Duodécimo Paso en Al-Anon nunca debieran tener carácter profesional, pero nuestros centros de servicio pueden contratar empleados especializados.”* **¿Cómo lo que comunico enciende el conflicto? ¿Sera que mi tono de voz imita una parte?** Uso de sarcasmo, tono de voz o mis expectativas puede encender conflictos. No se debe dar consejos, si se piden ofrecer sugerencias. Elegir palabras cuidadosamente. **¿En mi experiencia, cómo afectan las expectativas a los conflictos?** Mis expectativas me llevan a solucionar a fuerzas. Las expectativas son resentimientos listos para crecer. Invitando al PS me ayuda a librarme de mis expectativas. Interpretamos de nuestras heridas. Utilice la tarjeta de *Solo por Hoy*. **¿Qué papel le pido a mi Poder Superior que juega en los conflictos en mi vida?**

Suelta las Riendas y Entrégaselas a Dios o mantener a Dios primero en todas las cosas. Elige tus palabras con cuidado. Pedir orientación y tener cuidado de mi propio ego.

Novena Tradición "Nuestros grupos como tales, nunca debieran organizarse, pero pueden crear centros de servicios o comisiones directamente responsables ante las personas a quienes sirven." **¿Cómo podría el intentar "organizar" a Al-Anon causar conflicto?** En las organizaciones hay una jerarquía y un jefe, y eso está en conflicto con nuestras Tradiciones. Tenemos que buscar nuestras soluciones en Al-Anon. Mira el conflicto, identificarlo y decidir la mejor solución. Podemos decir "No se" luego "Soltarlo" o "Cuando hay duda, no lo haga. A veces las cosas se deben discutir pero sin apego al resultado. **En el conflicto, las voces más altas se oyen, ¿qué podemos hacer para que compartimos como iguales en Al-Anon?** "Somos iguales", podemos leer nuestra Tradición de unidad. Utilizar el Manual de Servicio. ¿Preguntarme cómo puedo mantener una mente abierta? Pedir participación. Pedir la opinión de cada miembro y sugerencias. Recuerde de usar el Quinto Concepto "Los Derechos de Apelación y Petición protegen a las minorías y garantizan que esta serán escuchadas."

Duodécimo Tradición "El anonimato es la base espiritual de nuestras Tradiciones y siempre nos recorda que debemos anteponer los principios a las personas." **¿Qué significa "presumir la buena voluntad"? ¿Cómo cambiaría mis acciones si yo fuera a suponer que todos los involucrados estaban tratando de hacer lo mejor?** Somos todos humanos y cometemos errores. Nos levantamos cada día para hacer lo mejor que podamos, igual que todos los demás. Gente lastimada lastima a gente, no somos recuperados estamos en recuperación. Dios vive en todos nosotros. **¿Cómo me depiendo de personalidades y concentrarme en los principios?** Orar. Mirar el asunto, no la persona. Tienes un problema y no es mío. Somos todos hijos de Dios. **Soy capaz de escuchar a los demás con una mente abierta; ¿o yo les estoy descontando porque no están de acuerdo conmigo?** Busque el regalo que pueden ofrecer. Escuchar y aprender. Lo contrario de lo que creo también puede ser cierto. Hacer lo que dice tu corazón. Tenemos que aprender la humildad. Utilizar los tres primeros pasos.

Tercer Concepto El Derecho de Decision hace posible el liderazgo eficaz. **¿Le pido a alguien que haga una tarea y luego intento dirigir los detalles de cómo debe hacerse? Si es así, ¿cómo puedo cambiar este modelo?**

Confiar en otros para hacer lo que son capaces. Ayuda la rotación de las responsabilidades del servicio. Identificarme con personas que comparten en su historia y poner principios ante personalidades. Comunicar y desprenderme de los resultados. Leer el ensayo de lectura Bill W sobre liderazgo en el Manual de Servicio. **¿Cómo un grupo, confiamos en nuestros servidores?** Es mi responsabilidad hablar si estoy incómodo, en vez de esperar a leer las mentes de la gente. Ofrecer aplausos por el trabajo bien hecho. Dar información, preguntar preguntas y dejárselos a Dios. **¿He compartido con mi grupo el proceso que he usado hacer una decisión informada?** Suelta las Riendas y Entrégaselas a Dios, hablar y hablar sobre la el tema antes de tomar decisión.

Quinto Concepto Los Derechos de Apelación y Petición protegen a las minorías y garantizan que estas serán escuchadas. **¿Verdaderamente escucho a aquellos con quienes estoy en desacuerdo?** A veces lo hago. Dejar de pensar que podemos leer las mentes y escuchar a discusión. **¿Cómo puedo mantener una mente abierta a ideas diferentes?** Tratar de entender lo que están sintiendo. Tomar tiempo para procesar la discusión; pedir tiempo adicional si es necesario. Practicar la humildad. **¿Cuáles son los beneficios de fomentar informes de minoría y debatir sobre temas, aun cuando la mayoría está de acuerdo?** **¿Qué desventajas nos impiden hacerlo?** Da permiso para expresar una opinión diferente, a la gente que nunca podría haber tenido esa oportunidad. Mantiene el programa, el grupo y miembros seguros. Las experiencias pasadas pueden hacer que la gente se sienta intimidada y no hablar hasta que ellos saben que es seguro. -- Nancy H.



Thank You For The Opportunity Of A Lifetime – I cannot adequately express how much the Love, Trust, and Support you have given me, in allowing me to be your Delegate, has meant. You have given me the opportunity to represent the New Mexico/El Paso Area at three World Service Conferences. You have given me the opportunity to face some of my darkest demons and see the Love of our program heal me and foster the growth of so many others. The bonds of Love I have formed will stay with me for the rest of my Life.

I arrived at my first Conference filled with doubts about whether I belonged or was worthy of your Faith. Often at that first Conference I acted out of fear and insecurity. Yet I was still treated with Love, Respect and Acceptance.

I was able to see people vigorously disagree, yet continue to treat each other with love and respect. I

have witnessed the basis of decisions being premised on our Legacies (Steps, Traditions & Concepts). "Presume Goodwill" is not just an appropriate phrase, but a manner of facing divergent opinions, without becoming personally accusatory.

My fears had led me to need to be right, which often manifested in needing to make others wrong. When an alternative idea was expressed, I reacted defensively. As part of my experience in being your Delegate, I am learning to listen, not to attack or criticize, but to see the merit in an alternative approach. I am seeing how when we work together, recognizing that all of us only want what is best for Al-Anon, we can do great things. "Somos Uno" Norm W., Area Delegate
"Al-Anon is a program of love and love is the primary motive in all our activities."-Lois W.

Gracias por la oportunidad de mi Vida – Adecuadamente no puedo expresar cuánto el amor, la confianza y apoyo que me han brindado, en permitirme ser su Delegado, ha significado. Me han dado la oportunidad de representar a la zona de Nuevo México/El Paso en tres Conferencias Mundiales de Servicio. Me han dado la oportunidad de enfrentar a algunos de mis demonios más oscuros y ver el amor de nuestro programa sanarme y fomentar el crecimiento de muchos otros. Los enlaces de amor que he formado permanecerá conmigo por el resto de mi vida. Llegué a mi primera Conferencia lleno de dudas sobre si pertenecía o era digna de su fe. A menudo en esa primera Conferencia actué de miedo e inseguridad. Sin embargo todavía fui tratado con amor, respeto y aceptación. Pude ver gente vigorosamente en desacuerdo, pero continuar a tratar unos a otros con amor y respeto. He sido testigo que la base de decisiones se basa en nuestros legados (Pasos, Tradiciones y Conceptos). "Presumir la buena voluntad" no es sólo una frase adecuada, sino una manera enfrentar opiniones divergentes, sin llegar a ser personalmente acusatorio. Mis miedos me habían llevado a tener que estar en lo cierto, que a menudo se manifiesta en la necesidad de que otros están incorrectos. Cuando se expresó una idea alternativa, reaccionaron defensivamente. Como parte de mi experiencia en ser su Delegado, estoy aprendiendo a escuchar, no para atacar o criticar, sino para ver el mérito en un enfoque alternativo. Estoy viendo que cuando trabajamos juntos, reconociendo que todos nosotros sólo queremos lo que es mejor para Al-Anon, podemos hacer grandes cosas. "Somos Uno" Norm W., Delegado

"Al-Anon es un programa de amor y amor es el motivo principal en todas nuestras actividades."
 Lois W.

Being an Area Chair is, for me, the most growing and personal improvement job that I have ever done in Al-Anon. I have done the job in two different areas and found the same type of growth from both. This job taught me patience, to listen to what others think, to cut off discussion when it is becoming redundant, and so much more. When planning an agenda there are always last minute additions so for me I try to schedule extra time for the standard items so there will be a possibility of fitting other things onto the agenda. Trying to get all the different opinions without expressing favoritism is one of the hardest parts of the job. I remember all too well my early days of attending an assembly and I thought those folks sitting up front were the experts. However we are not experts, we are just somewhat more experienced and perhaps have more knowledge of the Traditions and Concepts. Being able to listen with an open mind is another part of my growth. This one I may never achieve but I have gotten better at it. Organization is another skill which I am still working on but it is so much easier today. One of our slogans is "Listen and learn" but first I had to learn to listen to what others we saying and to what I was saying. When I find myself or someone else repeating themselves more than once I know that, for me at least, I am trying to convince someone of my point of view. So when others do it I tend to not listen so well.

I think that perhaps the most difficult part of the job is to schedule all the issues and items that have been requested into the time frame we have for the assembly and still have time for questions and answers if there are any. Not too long ago I sent out a time frame type of message asking for help with how to work everything in but so far have not received any suggestions. I hope I get some by the AWSC meeting. Lastly, at least for now, is doing the best I can at any given time and not taking it personally when anyone disagrees with me or wants things done differently than what I am doing.

It is not a difficult job but it can be a rather controversial one. Whoever does it can only do their best and it is important to remember what the AWSC (Area World Service Conference) recommends or does not recommend. It is important to give the reason as best as I can for what the AWSC is or is not recommending. Once again these folks are not experts but they do have experience with the Traditions and Concepts if we have elected the best folks to do these jobs. Hopefully as we receive resume forms this year (they are due by the beginning of September) and we share them before the election we will have a better knowledge of the background of those who want to do a certain job.

Thank you for allowing me to have this growth once again and to continue to learn and grow thru doing service to this program.

Luvya All,
 Roxy, Area Chair NM/El Paso, Panel 51
 Past Delegate, Panel 27 NYS

Siendo la presidenta de la zona es, para mí, el trabajo de más creciente y de mejoramiento personal que he hecho en Al-Anon. He hecho el trabajo en dos áreas diferentes y encuentro el mismo tipo de crecimiento de ambos. Este trabajo me enseñó paciencia para escuchar lo que otros piensan, para cortar la discusión cuando resulta redundante y mucho más.

Al planear una agenda siempre hay incorporaciones de última hora por eso trato de programar tiempo extra para los objetos estándar por lo que será una posibilidad de ajustar otras cosas en la agenda. Tratando de obtener las diferentes opiniones sin expresar favoritismo es una de las partes más difíciles del trabajo. Recuerdo muy bien mis primeros días de asistir a una Asamblea y pensé que esas personas sentados en frente fueron los expertos. Sin embargo no somos expertos, sólo tenemos algo más de experiencia y quizás más conocimiento de las Tradiciones y los Conceptos. Ser capaz de escuchar con una mente abierta es otra parte de mi crecimiento. Éste nunca lo podre lograr pero he mejorado en él. Organización es otra habilidad que todavía estoy trabajando pero es mucho más fácil hoy. Uno de nuestros lemas es "Escuchar y aprender" pero primero tenía que aprender a escuchar lo que otros nos dicen y lo que yo estaba diciendo. Cuando me encuentro o alguien se repite más de una vez sé, para mí al menos, que intento convencer a alguien de mi punto de vista. Así que cuando otros lo hacen tiendo a no escuchar tan bien.

Creo que tal vez la parte más difícil del trabajo es programar todos los temas y artículos que han sido solicitados dentro del marco de tiempo que tenemos para la Asamblea y aún tener tiempo para preguntas y respuestas si hay alguna. No hace mucho tiempo envié un mensaje pidiendo ayuda de cómo poner todo el trabajo de la Asamblea dentro del tiempo, pero hasta ahora no he recibido alguna sugerencia. Espero conseguir algunos antes de la reunión de CZMZ. Por último, al menos por ahora, haciendo lo mejor que pueda al momento y no entregarla personalmente cuando alguien no está de acuerdo conmigo o quiere que las cosas se realicen diferentemente que lo que estoy haciendo.

No es un trabajo difícil pero puede ser algo controversial. Quien lo hace sólo puede hacer su mejor esfuerzo y es importante recordar lo que recomienda el CSMZ (Conferencia de servicio mundial de Zona) o no recomienda. Es importante dar la razón lo mejor posible para lo que es el CSMZ no se recomienda. Una vez más, los compañeros no son expertos pero tienen experiencia con las Tradiciones y Conceptos si hemos elegido la mejor gente para hacer estos trabajos. Ojalá recibamos resúmenes este año (se deben recibir los primeros de septiembre) y los compartimos antes de las elecciones haremos un mejor conocimiento de los antecedentes de aquellos que quieren hacer un cierto trabajo.

Gracias por permitirme tener este crecimiento y de continuar aprendiendo y creciendo a través de la prestación de un servicio a este programa.

Los amo a todos,

Roxy, Area Chair NM/El Paso, Panel 51

Past Delegate, Panel 27 NYS

INFORMATION ABOUT SERVICE POSITIONS IN AREA 38

All positions at the level of Area 38 AWSC Service include:

1. Ability to attend two (2) AWSC meetings each year. These are usually all day meetings which are held in a central location on a Saturday. Additional meetings may be called or held on line if the need arises
2. Ability to attend two (2) Assembly meetings each year and which are held in various locations in the area. These are meetings take place over a full weekend starting on Friday evening and ending on Sunday around Noon.
3. Work with Districts and or Action Teams as needed frequently by e-mail.
4. Work with the DR's to coordinate activities for communication and outreach.
5. May require other travel along with the ability to chair workshops or other activities.
6. Having computer skills is helpful
7. All AWSC members must have lived in and been active in service for 3 years in Area 38
8. Area Officers must have completed (or are completing) 3 years as a DR, Coordinator, or Area Officer in Area 38. Delegates who have remained active in the area are also eligible.
9. The Delegate needs to have the ability to travel to the World Service Conference for one full week once every year. If the Delegate cannot go the Alternate Delegate must be able to fill in. If neither is available the Area Chair will attend. If none of these can attend the trip goes to the newest Past Delegate who is able to attend.

~~~~~

#### INFORMACION SOBRE LAS POSICIONES EN AREA 38

Todas las posiciones de servicio a nivel Área 38 CSMZ incluyen:

1. La habilidad de poder asistir a dos (2) reuniones (CSMZ) cada año. Estas son reuniones de todo un día que usualmente son en marzo y en septiembre, en un lugar central y en un sábado. Las reuniones son en Socorro, N.M. excepto en casos especiales. Reuniones adicionales se pueden hacer, ya sea en línea si surge la necesidad.
2. La habilidad de atender dos (2) Asambleas al año. Estas reuniones son en varios lugares en el área. Estas son reuniones q se hacen en todo un fin de semana completo empezando en viernes en la tarde y se terminan en domingo cerca del medio día y usualmente se llevan a cabo a mediados o finales de mayo y a finales de octubre o principios de noviembre.
3. Trabajar con los Distritos y/o con los Equipos en Acción como sea necesario, frecuentemente por correo electrónico. (Un/a compañero/a puede servir de ayuda)
4. Trabajar con el/la RD para coordinar actividades de comunicación y alcance al público.
5. Puede requerir otros viajes junto con la habilidad de coordinar talleres u otras actividades.
6. Tener conocimientos de sistemas (computadora) puede ser útil.
7. Todos los miembros de la AWSC tienen que haber vivido dentro de y estar activos en el servicio de área por 3 años en el Área 38.
8. Los Oficiales del Área tienen que haber completado (o estar completando) 3 años como RD, Coordinador/a o Oficial de Área en el Área 38. Los Delegados que permanecen activos en el área también son elegibles.
9. El/la Delegado/a necesita tener la habilidad de viajar a la Conferencia De Servicio Mundial por una semana completa una vez cada año. Si El/la Delegado/a no puede ir entonces el/la Alterno/a de Delegado/a tendrá que sustituir. Si ninguno está disponible entonces la Presidenta del Área atenderá. Si ninguno de estos pueden atender el viaje se le pasa al Delgado Previo más reciente que pueda asistir. Una lista de los deberes para cada uno de los Oficiales y Coordinadores esta en el Manual de Posiciones del Área que esta puesta en la página web del Área en: NMAI-Anon.org

## LESSONS LEARNED FROM THE AFG PICNIC – June 2013

Linda H., DR for District 5

This fundraiser to benefit the Albuquerque Al-Anon Information Service Office was well organized and attended. Donations and participation by various groups in District 5 helped make this a fun and profitable venture. It was a fun day with participation by many Al-Anon members in the Albuquerque area. There was lots of visiting and good fellowship for all. And we made a reasonable profit to help the AIS.

### ***Thanks to all who helped so much!***

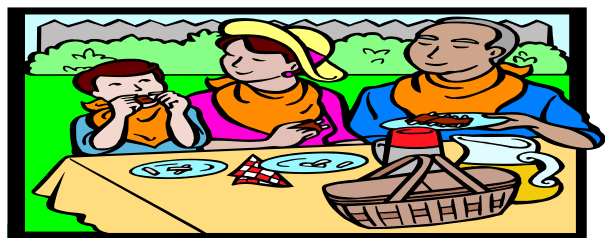
#### ***Things that worked:***

1. All participating groups handled their jobs quickly and efficiently. Everyone pitched in to set up and clean up quickly. The decorations were beautiful.
2. A contract with the Recreation Center set the time boundaries. The tables and chairs went up quickly and we had plenty of air conditioned space.
3. Having a covered porch and a grassy area allowed for easy set up of games. Games played the most were the noodle toss, water balloons, tattoos, and hair coloring. The fishing game was a lot of work and not well attended. Kudos to the two leaders and the Alateen volunteers.
4. Hot dogs were preferred over the sloppy Joes. We made 80 hotdogs and 20 lbs hamburger meat. 70 hotdogs were used but only 8 lbs hamburger. We have about 10 lbs of sloppy Joes frozen. Crock pots kept the meat warm. Whole wheat buns went better than white flour. The Fried chicken went extremely well. Salads and chips were enjoyed.
5. The lemonade and ice tea in jugs ready to serve.
6. The bake sale items sold well, few left over.



#### ***Things that didn't:***

1. 65 people came and we planned for 90-100.
2. There was a mix-up on how much to charge for each color of ticket – it needs to be clearer to the people manning the ticket table.
3. We had too much ice and no place to keep it frozen.
4. The fruit punch was hardly touched.
5. We needed to start selling the ice cream earlier.
6. We have paper plates, cups, utensils, and condiments left over. We only needed one container of each condiment.



## Lecciones del Picnic GFA – Junio 2013

Esta recaudación de fondos para el beneficio de la Oficina de Servicio de Al-Anon de Albuquerque fue bien organizada y atendida. Las donaciones y la participación de varios grupos en el distrito 5 ayudaron a hacer que este evento para recaudación de fondos fuera divertido. Fue un divertido día con la participación de muchos miembros Al-Anon en el área de Albuquerque. Había un montón de fidelidad y visitas para todos. E hicimos un beneficio razonable para el AIS.

### ***Gracias a todos que ayudaron!***

#### ***Cosas que trabajaron bien:***

1. Todos los grupos participantes manejaron sus trabajos rápidamente y eficientemente. Todo el mundo copero para configurar y limpiar rápidamente. Las decoraciones eran hermosas.
2. Un contrato con el centro de recreación estableció los límites de tiempo. Las mesas y sillas sitiaron pronto y tuvimos un montón de espacio con aire acondicionado.
3. Tener un porche cubierto y una zona de sácate permitió que los juegos fueran situados bien. Los juegos más asistidos fueron el noodle toss, globos de agua, tatuajes, y pintura de pelo. El juego de pesca fue mucho trabajo y no muy concurrido. ¡Felicitaciones a los dos líderes y los voluntarios de Alateen!
4. Prefirieron los “hot dogs” a los “sloppy joes”. Hicimos 80 hot dogs y 20 libras de carne de hamburguesa. Se utilizaron 70 hot dogs y solo 8 libras de carne. Las ollas se utilizaron para mantener la carne caliente. Los panecillos de trigo integral fueron mejor que los de harina blanca. El pollo, ensaladas, y papitas se apreciaron.
5. El té y limonada ya en jarras listos para servir.
6. Se vendieron bien los postres.

#### ***Cosas que no trabajaron tan bien:***

1. 65 personas llegaron y esperábamos 90-100.
2. Hubo un confusión sobre cuánto cobra por cada color de boleto- debiera ser más claro para los voluntarios.
3. Tuvimos mucho hielo y no hubo lugar donde congelarlo.
4. El ponche de fruta apenas de fue tocado.
5. Necesitamos de empezar a vender el helad más pronto.
6. Tenemos platos de papel, vasos, utensilios, y condimentos sobrantes. Solo necesitábamos en envase de cada condimento.

**GR Sharings**

I have been privileged to be G.R. for the last three years. I came to the job kicking and screaming. I didn't want to do what I imagined would be SO much work or have SO much responsibility, but I had heard that when you feel stuck in your program, do some service work. That was me stuck and disgruntled, near to quitting the program. I don't have room enough here to tell you all the gifts I have received. I learned I felt responsible for a lot of things that were not my responsibility. I've gotten to lessen some of my fears: the fear of not doing things well enough, the fear of conflict, the fear of rejection, the fear of asking for help. My home group and fellow G.R.'s have responded with loving kindness as I have stumbled along. I have made new friends and learned a lot from the wisdom of those who helped me along the way. My veneer of toughness, of thinking I knew so much more than others, has cracked, and I hope is falling away. I practice isolation less often. I laugh more and have more gentleness towards myself and others. Thank you to my group and my fellow travelers. Mary K.

Yo he tenido el privilegio de ser RG durante los últimos tres años. Llegué al trabajo pateando y gritando. Yo no quería hacer lo que me imaginaba que sería tanto trabajo o tener tanta responsabilidad, pero yo había oído que cuando te sientes atascado en tu programa, realiza algún trabajo de servicio. Esa fui yo atrapada y descontenta, cerca de dejar el programa. No tengo espacio suficiente aquí a decirle todos los regalos que he recibido. Me enteré, que me sentí responsable de un montón de cosas que no eran mi responsabilidad. He llegado a disminuir algunas de mis temores: el temor de no hacer las cosas bien, el miedo al conflicto, el miedo al rechazo, el miedo de pedir ayuda. Mi Grupo y compañeros han respondido con amar la bondad aunque he tropezado a lo largo. He hecho nuevos amigos y he aprendido mucho de la sabiduría de los que me ayudaron en el camino. Mi chapa de dureza, de pensar que yo sabía mucho más que otros, se ha rajado, y espero que se retire de mí. Practico aislamiento menos a menudo. Me río más y tengo más ternura hacia mí y otros. Gracias a mi grupo y mis compañeras de viaje.

**Note from your Editor**

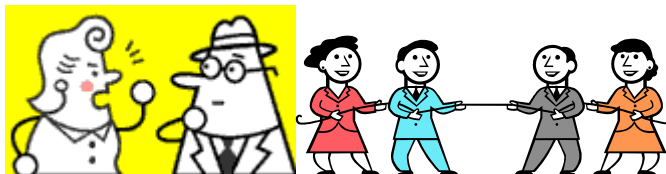
Hello Al-Anons and Alateens: This is the summer issue and already it is quite a long one. I would like to have many sharing for the next issue of the Roadrunner. We will be having elections soon and I hope many of you will send your resume to Roxy for Roadrunner Editor. Traditionally this newsletter has had co-editors. It would be great if one of you is proficient in Spanish and the other in Computer skills what a great team you would make. I am blessed to be able to translate the sharings (always to the best of my ability and with lots of dictionary and computer help.) It doesn't have to be perfect or very newsy, just enough to keep the membership in the know. I have enjoyed my short time as Editor for this panel. I am willing to help the next Editor. I say pray about it and pray for willingness. You can do it.

Please send your sharings to [dtafoya8@q.com](mailto:dtafoya8@q.com) by September 15, 2013.

**Noticia de su editor**

Hola Al-Anones y Alateens: Este es la edición del verano y es poco largo. Me gustaría recibir compartimientos para la próxima edición del Roadrunner. Vamos a tener elecciones y espero que algunos de ustedes le envíen su resume a Roxy para el Editor del Roadrunner. Tradicionalmente hemos tenidos co-editores. Sería una gran experiencia si uno de ustedes sería proficiente en el Español and la otra en sabiduría de computadoras! Serian un gran equipo! Me siento bendecida por mi capacidad de traducir los compartimientos (siempre y como lo mejor que pueda con la ayuda del diccionario y la computadora). No tiene que ser perfecto o muy noticioso, lo suficiente como para mantener la calidad de los miembros. He disfrutado mi corto tiempo como Editor de este panel. Estoy dispuesta a ayudar al siguiente Editor. Les digo que hagan la oración propia y también la oración de estar dispuesto. Usted puede hacerlo. Favor de enviarme su compartimiento antes del 15 de septiembre 2013. Mi dirección electrónica es [dtafoya8@q.com](mailto:dtafoya8@q.com).

*As the pictures below depict we are often in conflict – one of the most often repeated phrases is “Talk to Each other Reason things out with someone else...”*



*Así como muestran las imágenes muchas veces nos encontramos en conflicto – una de las frases mas repetidas es: “Hablen mutuamente, razonen las cosas con alguien más...”*

### Journey to Serenity



Mountains of Hope Convention  
July 26-28, 2013  
MCM Elegante Hotel - Albuquerque

#### REGISTRATION FORM

Register by July 20, 2013

☐ Al-Anon ☐ Alateen ☐ AA

Years in the program \_\_\_\_\_

Please print clearly

Name: \_\_\_\_\_ Address: \_\_\_\_\_

Phone \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

CHECK ALL THAT APPLY

☐ Al-Anon Reg. \$35 \_\_\_\_\_

☐ AA Reg. \$35 \_\_\_\_\_

**Reg. after July 20 \$45 \_\_\_\_\_**

Alateen Free

Sat. night Banquet\* \$30 \_\_\_\_\_

Total enclosed: \$ \_\_\_\_\_

**Dinner: Please circle one:**

Chicken Beef Pasta

**Make checks payable to:**

NM Area 38 MOH Convention

Mail Payments & Reg. by

July 20, 2013 to:

Area 38 AFG MOH Convention  
% Winnie Schmidt  
2916 Cuervo Dr NE  
Albuquerque, NM 87110-3106

### Jornada a la Serenidad



Montañas de Esperanza Convención  
Julio 26-28, 2013

Hotel Elegante en Albuquerque  
**FORMULARIO DE REGISTRO**

Regístrese antes del 20 de Julio 2013

☐ Al-Anon ☐ Alateen ☐ AA

Años en el programa \_\_\_\_\_

Favor de escribir claramente

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Marque todo lo que aplique

☐ Al-Anon Reg. \$35 \_\_\_\_\_

☐ AA Reg. \$35 \_\_\_\_\_

**Registración después del 20 de julio \$45 \_\_\_\_\_**

Alateen gratis

Banquete\* \$30 \_\_\_\_\_

Total incluido: \$ \_\_\_\_\_

**Opciones: Favor de circular uno:**

Pollo Carne Pasta

**Escriba su cheque a nombre de:**

NM Area 38 MOH Convention

Envíe los pagos y registros antes del 20 de  
julio 2013 a:

Area 38 AFG MOH Convention  
% Winnie Schmidt  
2916 Cuervo Dr NE  
Albuquerque, NM 87110-3106

## Upcoming Events

**Area World Service Committee Meeting (AWSC)**  
**Saturday, September 7, 2013**  
**8:30-3:30**

**At St. Paul's in Socorro**

**This is an open business meeting for Area Officers, Coordinators, and District Representatives and AIS Liaisons.**

**Lunch is Potluck**

**Comité de Servicio Mundial de la Zona (CSMZ)**  
**Sábado, el 7 de septiembre, 2013**  
**8:30-3:30**

**Iglesia de San Pablo en Socorro**

**Esta es una reunión abierta de Negocio de los servidores de la Asamblea, Representantes de Distrito, Coordinadores y miembros de Enlace de Intergrupales.**

**La comida es Potluck**

**Mountains of Hope Convention**  
**Area 38's 8<sup>th</sup> Annual Convention**

**MCM Elegante Hotel**

**July 26-28, 2013**

**"Journey to Serenity"**

**Download the registration form at [www.nmal-anon.org](http://www.nmal-anon.org)**

**2013 Fall Election Assembly**  
**"Changing Me to We through Service"**

**November 8, 9, 10, 2013**

**Ramada Hotel**

**10300 Hotel Circle NE, Albuquerque, NM**

**Registration-\$35 – Includes 2 meals**

**Make sure your Group Representative is present to elect the Area's New Delegate, Officers and Coordinators**

**Asamblea De Elecciones - otoño 2013**

**"Cambiando Yo a Nosotros a través del Servicio"**

**EL 8, 9, Y 10 de Noviembre 2013**

**Ramada Hotel**

**10300 Hotel Ave. NE**

**Albuquerque, NM**

**Registración \$35 – Incluye 2 comidas**  
**Asegure que se Representante de Grupo este presente para elegir el Nuevo Delegado, los Oficiales y Coordinadores de la Zona**

